

LA TRANSGRESIÓN DE LOS MANDATOS HEGEMÓNICOS COMO CLAVE PARA UN REINICIO SOCIAL.

Resumen.

El presente artículo analiza la posibilidad de reinicio social. En primer lugar, detalla aquellas experiencias que muestran las dificultades para que esto ocurra. Partiendo de esta base, se detallan cuestiones esenciales como pueden ser la gramática moral y su función en la especie humana; a la par, se recuerda la necesidad de mantener posiciones críticas y reflexivas al respecto, para evitar estar sometidos a las anomalías sociales derivadas de los diferentes modelos sociales y culturales, por ser los causantes de determinadas patologías de la normalidad. Por último, se señala la función de la familia en este proceso de acatamiento de las reglas y normas, así como las labores que debiera incorporar la psicoterapia para dar una respuesta saludable a esta situación. Entre estas se destaca la consideración de la psicoterapia como un espacio de reflexión crítica, que facilite la desobediencia y la rebelión, al objeto de permitir una sana transgresión de las imposiciones de lo social que actúan contra las necesidades de desarrollo de los individuos. Finalmente, se propone una exigencia ética para los profesionales, referida a la importancia de una ética del reconocimiento emocional como paso para permitir un proceso emancipatorio.

Palabras clave.

Violencia filio-parental, metodología PIBE, terapia multifamiliar, psicodrama, teatro, enfoque intergeneracional, casos.

Juan Miguel de Pablo Urban.

Psicólogo clínico, psicoterapeuta y supervisor docente.

Codirector de COOPERACIÓN, Instituto de Formación Sistémica en Cádiz.
jmdepablo@hotmail.com

Recibido: 17/11/2023

Aceptado: 04/12/2023



Abstract.

The present article analyzes the possibility of a social restart. In first place, it details the experiences that expose the difficulties for this to happen. Starting from this base, essential questions like moral grammar and its function within the human species are presented in more detail. At the same time, it reminds the necessity to sustain a critical and reflexive position in this regard to avoid being submitted to social anomalies derived from diverse social and cultural models that cause specific Pathologies of Normality. Further on, it shows the function of the family within this process of abiding to the rules and norms, as well as the tasks psychotherapy should include to give healthy responses to this situation.

Among these the author stresses a consideration of psychotherapy as a space of critical reflection that facilitates disobedience and rebellion to allow a healthy transgression of social impositions that act against the developmental needs of individuals. Last it proposes an “ethical demand” for professionals referring to the importance of an “ethic of emotional recognition” as a critical step to allow an emancipatory process.

Key words.

Ethic, Emotional Recognition, Pathology of Normality, Restart, Moral Grammar.

Introducción

Cuando conocí el título seleccionado para la mesa redonda a la que se me había invitado, en el 42 Congreso Nacional de Terapia Familiar: “Tiempo de reinicio”, me sorprendió. Tuve serias dudas sobre los contenidos en los que basar mi intervención. Sin embargo, después, poco a poco, empecé a contemplar la posibilidad de profundizar sobre esta propuesta, comencé a interesarme más porque es un título muy sugerente. Inevitablemente, nos lleva a preguntarnos y a reflexionar sobre aspectos medulares de nuestro funcionamiento. De una parte, “Tiempo”, ¿cómo está funcionando actualmente nuestra sociedad y nuestra cultura? Y, de otra, “Reinicio”, ¿es posible hablar de un reinicio social, de un reseteo? A la postre: ¿Es factible, con lo que conocemos de nuestra especie, la posibilidad de un reinicio social?

Además, esta idea de reinicio conecta con la idea de cambio, concepto medular de nuestro trabajo en psicoterapia. Ante estas consideraciones terminé entusiasmandome con la propuesta, porque, al final, es una invitación a la reflexión compartida sobre aspectos de máximo interés para todos nosotros, tanto a nivel profesional como personal.

¿Qué hemos aprendido?

La primera cuestión que se suscitaba era: ¿Qué hemos aprendido en nuestra historia al respecto? ¿Qué experiencias previas nos informan de la posibilidad de un reinicio social?

La respuesta fue descorazonadora. Me explico, tras dos guerras mundiales, tras la crisis del petróleo, tras las crisis financieras, con la explosión de las burbujas que alimenta el modelo económico, o tras la crisis sanitaria del COVID, como ejemplo más cercano, ¿qué hemos hecho? ¿Cómo hemos reaccionado? ¿Acaso se han tomado medidas reflexivas y eficaces que prevengan sobre los riesgos de los conflictos bélicos (véase Rusia y Ucrania, o más recientemente, Israel y Palestina)? ¿Se han tomado medidas para evitar los excesos ultraliberales en la economía del primer mundo? ¿Se han considerado suficientemente los efectos del cambio climático? ¿Se han implementado medidas adecuadas para prevenir los riesgos en la salud ante posibles nuevas pandemias?

Los esfuerzos o las medidas que se requieren, implementadas con la suficiente seriedad, son prácticamente inexistentes o inocuas. Por ejemplo, las crisis financieras alimentadas por burbujas especulativas que se nutren de la mitología moderna del progreso infinito, donde prima una fantasía de crecimiento exponencial, la obsesión acumulativa y la ilusa pretensión neoliberal; son solo algunas de las muestras palpables de una actitud generalizada en nuestra especie, caracterizada por una huida hacia adelante, es decir, “más de lo mismo”.

Con estos antecedentes, el reinicio aparece más como una mistificación y una utopía. El crecimiento desaforado como meta es un imposible, en gran medida porque, además, funciona como un mecanismo evitativo que pretende disimular, esconder, el propio carácter finito de nuestra existencia como especie.

La evidencia, en todos estos procesos, señala que los modelos sociales actuales subsisten en una irresponsable posición donde no existe una ética del otro, una ética del cuidado o del respeto. Dice Bautista (2019):

“Para trascender esta realidad distópica y restaurar la dimensión utópica como conditio humana, precisamos disputarle al mundo moderno-occidental la raíz de toda racionalidad, expresada en las narrativas míticas, porque estas constituyen sistema de creencias y en el sistema de creencias modernas se encuentran secuestradas las coordenadas éticas del universo racional. Liberarlas significa hacer posible trascender el ego moderno, como correspondencia subjetiva de la objetividad del mundo; pero, precisemos, el ego no es el yo sino el sistema de autodefensa que se activa cuando se experimenta el mundo como pura hostilidad, donde la competencia, como principio de vida, retrata la sobrevivencia en toda su crudeza, condenando a todos en enemigos potenciales”.

¿Por qué no hemos aprendido nada, a pesar de nuestra ensalzada racionalidad?

Nuestra vulnerabilidad y fragilidad como especie nos ha permitido desarrollar mecanismos sobrecompensadores, entre ellos: la racionalidad. Pero, esta ventaja surgida de la necesaria adaptación contiene, igualmente, una contraparte: la presencia de una serie de lastres en nuestro funcionamiento. El primero de ellos consiste en la necesidad existencial para los seres humanos de un marco asegurador que otorgue certeza. Ante la fragilidad y la ineludible certidumbre de nuestro estado contingente, requerimos también usar esta racionalidad como mecanismo de defensa, como protección a la vivencia de intemperie.

Decía Erich Fromm (1991):

“La situación humana se caracteriza por profundas escisiones y conflictos. El más fundamental quizá sea el de la limitación de nuestra existencia, manifiesta, en definitiva, en la necesidad de la muerte, en que formamos parte del mundo animal por todo nuestro orden fisiológico, pero a la vez nos hemos emancipado de él, en que pertenecemos al mundo animal, estamos en él, y a la vez no le pertenecemos. Tenemos una razón y una fantasía que nos permiten, y casi nos imponen, saber que somos distintos, independientes, y que nuestro final es inevitable, y es justo lo contrario de la vida” (p. 31, Fromm, 1991).

Uno de los marcos aseguradores que nos alivia de la angustia existencial y de la incertidumbre es lo que llamamos “moral”. No me refiero, en este punto, a los valores morales esenciales de lo que podríamos denominar “moral con mayúsculas”, es decir, el derecho a la vida, a la libertad, a la dignidad, al respeto, al cuidado del otro y a la expresión libre; es decir, lo que hace referencia a aspectos medulares y primigenios de nuestra existencia. Por el contrario, me estoy refiriendo, especialmente, a la gramática moral (Honneth, 1992), es decir, al conjunto de reglas, hábitos y normas que nos dotamos para eludir nuestra evidente ausencia de certezas. Dice Mèlich (2010), al respecto:

“Se entiende aquí por gramática una organización articulada de signos, símbolos, imágenes, narraciones, valores, normas, hábitos, gestos, costumbres... que, por una parte, ordena y clasifica el mundo, así como las relaciones que en él se establecen, y, por otra, ofrece y proporciona normas de conducta respecto a ese mismo mundo y las interacciones entre sus miembros” (Mèlich, 2014) (p. 16-17).

La gramática moral, es decir, ese conjunto de normas, hábitos y reglas que heredamos en nuestra cultura, establece los límites de lo bueno y de lo malo, de

lo admitido y de lo excluido. Nos informa de aquello que debe ser apartado, por no ajustarse a la normalidad impuesta por el modelo social concreto en el que habitamos, de cómo deben ser los chicos o las chicas, los hombres o las mujeres, la pareja, la vejez.

Ciertamente no podemos subsistir sin una gramática moral porque sin referentes morales viviríamos en plena incertidumbre, algo que, como hemos señalado, nos angustia sobremedida. Ahora bien, ¿cuántas de esas normas y reglas morales, de nuestra “moral con minúsculas”, por utilizar el término complementario a la que hemos utilizado antes, son mordaza, atadura y censura sin sentido? Porque esta “moral con minúsculas”, en cambio, funciona en forma de mandatos que invaden nuestras vidas y nos obligan a la realización de determinadas conductas y a la presencia de concretas aspiraciones, a modo de ejemplo:

- Competir con los demás en los trabajos o en las relaciones.
- Consumir, hiperconsumir, para no ser señalados como “anormales” o distintos.
- Mantener relaciones líquidas donde no existe el compromiso ni la disposición a un desarrollo y crecimiento común.
- Centrarnos en fortalecer modelos educativos que sostengan las ideologías económicas o de mercado que nos enmarca.
- Esforzarnos por mantener cuerpos normativos (no arrugas, no canas...).
- Ocultar los deseos y las sexualidades diferentes o alternativas a lo heteronormativo.

Pero si estos ejemplos, de una ideología moral hegemónica, que son conocidos por todos, ya sean en el ámbito religioso, cultural, socioeconómico, político, profesional, nos impresionan, no nos asombremos cuando observamos las imposiciones de la cultura y de las ideologías posmodernas, que podríamos denominar “contrahegemónicas” (recordemos que, a pesar de denominarlas de forma diferente, a la contra, toda ideología, por el hecho de serlo, mantiene la pretensión de funcionar en forma exclusiva, es decir, en ser hegemónica; y su funcionamiento, a nivel de los individuos de los grupos sociales donde se inscribe, impone su influencia con idénticos efectos), por ejemplo:

- La exaltación y promoción de la cultura de la cancelación, propugnando invisibilizar nuestra historia, ocultando nuestros errores y crímenes, como cuando queremos recortar en la foto, el personaje que abochornó a nuestra familia. ¿De qué sirve silenciar las historias, borrar los nombres, reinterpretar la historia? “¿Dónde está Bruno?” (personaje de la película Coco de Disney).
- La confianza en el transhumanismo, es decir, en la idea de que el cuerpo no existe. Que podemos ser inmortales, gracias a la ciencia y a la tecnología. No hay ataduras ni anclajes corporales, podemos trascender la biología y el soma.
- La creencia de que podemos construir cualquier identidad, con cualquier relato. Puedo ser hombre, mujer, animal, inmortal, si así lo deseamos, obviando la importancia de lo corporal, lo biológico y de los correlatos neuroquímicos, que nos constituyen.
- La fantasía radical de parte de la posmodernidad que sostiene que cualquier “realidad” puede ser construida, que podemos borrar lo que somos y recrearnos desde cero. ¿Podemos borrar acaso los abusos y maltratos recibidos en nuestra infancia? ¿Podemos jugar a que renacemos sin heridas ni cicatrices?
- La posverdad y la censura de lo “políticamente correcto”.

Estos ejemplos que he venido señalado sólo son algunas de las posibles imposiciones de lo social en estos nuevos tiempos. En todos estos casos, ya sea desde las ideologías hegemónicas como desde las ideologías contrahegemónicas, se nos impone siempre la ocultación de partes importantes de nosotros mismos, de parte de nuestros deseos y necesidades. De ahí que me guste insistir en la idea de que “todos y todas vivimos con partes importantes de nosotros dentro del armario”, es decir, que permitirnos vivir en libertad y expresarnos en toda nuestra realidad, “salir del armario”, es un requisito imprescindible y necesario para nuestra salud mental.

Esta gramática moral, esta moralidad “con minúsculas”, no se sustenta en el pensamiento, libre y diversificado, sino que se afirma y sostiene en las ideologías, sean estas religiosas, políticas, económicas, de género o de raza.

Las ideologías funcionan como un espacio seguro sobre lo correcto y lo incorrecto, sobre lo que debo y no debo ser, lo que debo y no debo hacer. Dice Althusser que: “El individuo (...) se conduce de tal o cual manera, adopta tal o

cual comportamiento práctico y, además, participa de ciertas prácticas reguladas, que son las del aparato ideológico del cual “dependen”” (p. 49, Althusser, 1970).

Las ideologías contienen, pues, dos aspectos a resaltar: en primer lugar, son normalizadoras, y en consecuencia establecen los estándares de todo aquello que debe ser incluido dentro de los criterios de “normalidad”; y, en segundo lugar, son normativas porque establecen mandatos, deberes y obligaciones que, en tanto mayor sea su rigidez, más funcionan desde una “lógica de la crueldad” (Mèlich, 2014). Dice Mèlich que la moral es un lobo con piel de cordero, porque no soporta la disidencia.

Como señalaba Erich Fromm (1955) en *Psicoanálisis de la sociedad contemporánea*:

Lo que es muy engañoso, en cuanto al estado mental de los individuos de una sociedad, es la “validación consensual” de sus ideas. Se supone ingenuamente que el hecho de que la mayoría de la gente comparte ciertas ideas y sentimientos demuestra la validez de esas ideas y sentimientos. Nada más lejos de la verdad. La validación consensual, como tal, no tiene nada que ver con la razón ni con la salud mental. Así como hay una folie à deux, hay una folie à millions. El hecho de que millones de personas compartan los mismos vicios no convierte esos vicios en virtudes; el hecho de que compartan muchos errores no convierte a éstos en verdades, y el hecho de que millones de personas padezcan las mismas formas de patología mental no hace de esas personas gentes equilibradas” (p. 20, Fromm, 1955).

Los síntomas de estas ideologías, ya sean hegemónicas o contrahegemónicas, actualmente, se llaman, como hemos estado señalando, entre otros ejemplos: hiperconsumismo, crecimiento ilimitado, nihilismo, heteronormatividad, sexismo, amor líquido, transhumanismo, narcisismo, cultura de la cancelación, pos-verdad...

Al final estamos hablando de fórmulas que sostienen la ideología social en la que estamos ubicados. La defensa del ser humano ante la contemplación de su propia contingencia, se expresa a través de las llamadas tendencias aquileicas (pretensión de inmortalidad e invulnerabilidad) (Zukerfeld y Zukerfeld, 2005). Lo aquileico es una respuesta que pretende una sobrecompensación, una defensa derivada de la angustia ante la incertidumbre, de la desolación ante la intemperie, de la evitación de la muerte. Estas tendencias son promotoras en la elección y adscripción de muchos individuos a las ideologías arcaicas, cada vez más rígidas y aseguradoras de lo propio (patria, bandera, raza) y, por ende, defensoras de la exclusión de lo extraño o de lo ajeno (fronteras, neofobia, racis-

mo, segregación) (síntomas patentes y presentes en la extrema derecha y en los nacionalismos). En el otro extremo, en la elección y adscripción a las ideologías posmodernas, caracterizadas por negar el cuerpo y la historia, como el cientifismo y el transhumanismo (el cuerpo no te ata ni te modula, la cultura de la cancelación), que relativizan los acontecimientos o los hechos (la posverdad); se repite la historia. Es sumamente interesante profundizar en este doble y complementario movimiento social hacia lo ideológico, en el triunfo actual de los identitarismos de todo tipo (De Pablo, 2023a o Roudinesco, 2021).

En síntesis, sufrimos de una ficción prometeica (Flahault, 2008), ficción de poder, de ser como dioses, en la creencia de que podemos controlar la vida, el paso del tiempo. Esta ficción prometeica, presente en el hombre y en la mujer del siglo XXI, es una fantasía de omnipotencia narcisista. Recordemos que el mito de Prometeo tiene componentes diversos, tiene un componente mesiánico, porque es un personaje que está dispuesto a robar el fuego a los dioses para entregarlo a la humanidad. Es decir, en su accionar, está dispuesto a la desobediencia por conseguir lo que entiende justo: dar el fuego a los hombres lo que implica darle herramientas para tener calor, seguridad y conocimiento. Pero Prometeo también presenta otra cara. Prometeo es castigado por desobedecer a los dioses y por querer suplantar su lugar (de hecho, Prometeo crea una figura humana desde el barro, de igual manera que Dios crea al hombre en la Biblia). Dice Flahault (2008) al respecto:

“Como el movimiento prometeico es eminentemente presuntuoso, podemos criticarlo en nombre tanto de la moral como del conocimiento, tanto del bien y del mal, como de lo verdadero y de lo falso. El primer punto de este balance será subrayar que la crítica moral es insuficiente. Ha llegado el momento de detenerse en la hybris, la desmesura que caracteriza al personaje de Prometeo, tanto al antiguo como al moderno. La crítica moral de la desmesura (crítica en la que suele enfrentarse la humildad con el orgullo) pone en guardia contra la sobrevaloración de uno mismo y el deseo de omnipotencia. (...) Al parecer, dos grandes vías conducen a la desmesura, y cada una de ellas implica una forma concreta de ceguera. En la primera, el sujeto es perfectamente consciente de que se entrega a una afirmación absoluta de sí mismo, pero ese deseo de existir sin límites le parece justificado” (...) “La segunda razón mencionada para justificar la afirmación sin límites de uno mismo es la convicción de que el infinito (lo absoluto, lo ilimitado) es una perfección. La desmesura se convierte en un signo de superioridad” (pp. 78-79) (Flahault, 2008).

La misma posmodernidad, tan saludable en los primeros tiempos al cuestionar las verdades absolutas y al proponer el multiverso como alternativa, ha acabado jugando en la misma liga una vez adecuadamente pervertida e ideolo-

gizada. La rigidez de los movimientos identitarios y de muchas propuestas sustentadas en la epistemología del construccionismo social, denuncian cómo todo es susceptible de ideologizarse, rigidificarse y convertirse en yugo, atadura y corsé. La cultura de la cancelación y el triunfo de la posverdad son ejemplos preclaros de este movimiento.

Las ideologías que habitamos incorporan en esencia intereses, intereses económicos (neoliberalismo), de control social, de supervivencia sistémica, que buscan el propio sostén de los modos y formas que el sistema social propone.

Las patologías sociales – las patologías de la normalidad

Este funcionamiento de lo ideológico y de la gramática moral como imposición social que se inscribe en las formas de comportamiento y de pensamiento de los sujetos, puede manifestarse en cada uno de los individuos de un sistema social dado; puede hacerse patente de formas diferentes y puede generar consecuencias indeseables.

En los textos de Axel Honneth (2015), concretamente en su libro *El derecho de la libertad*, el autor emplea el término anomalías sociales, diferenciándolo del concepto de patologías sociales que era el que había empleado en sus anteriores escritos. Honneth aclara que estas anomalías sociales se refieren a “desvíos de los principios que rigen las esferas de la libertad social, provocados, en general, por la interferencia de grupos dominantes” (p. 40, En Olano Azpiroz, 2015).

Prefiero mantener el término de patologías sociales (Fromm, 1955), en gran medida porque me interesa establecer un contraste entre estas y las descripciones de las psicopatologías diagnósticas individuales de los enfoques clínicos. En este sentido, Giusti (2017), señala para poder explicitar mejor esta comprensión sobre las patologías:

“Ellas se refieren no solo a un diagnóstico clínico de patología, como en el caso de la depresión o burnout, sino justamente a aquellas formas más implícitas y dotadas, en un sentido más próximo al de la anomalía social de Durkheim o Hannah Arendt. En tanto no necesariamente causan propiamente un sufrimiento del sujeto, ellas no pasan por la clínica; sin embargo, no por eso dejarían de representar formas sutiles de sufrimiento y, por tanto, resultan criticables en el ámbito de una teoría social (2014)” (p. 149-150, Campello, 2017) (En Giusti, 2017).

En definitiva, *“podemos hablar de patología social siempre que nos enfrentemos con acontecimientos sociales que lleven a un deterioro de las capacidades racionales de los miembros de la sociedad de participar de formas decisivas*

de la cooperación social. (Honneth, 2014, pág. 119)” (p. 14, En Olano Azpiroz, 2015)

Esto viene a colación, porque pretendo subrayar la importancia de contemplar en psicoterapia los efectos de los modelos e ideologías sociales, como patologías sociales que aparecen en los individuos. En este caso hablaríamos de patologías de la normalidad y de patologías de lo normativo; en referencia al efecto de modelado social que las produce.

La idea de una patología de la normalidad no es nueva, ya estaba formulada con sus particularidades en las propuestas de Erich Fromm (1955), Joyce McDougall (1978) y sus normopatías; o en Christopher Bollas (1981) con su personalidad normótica, engarzando a su vez con descripciones como la del hombre unidimensional de Herbert Marcuse (1954), los neo-narcisismos de Lipovetsky (1983) o en las propuestas de Fromm (1947) sobre el carácter social y las tipologías no productivas del carácter descritas en *Ética y psicoanálisis*. Recordemos que Fromm (1955) define el carácter social como el “núcleo de la estructura de carácter compartida por la mayoría de los individuos de la misma cultura (...). El concepto de carácter social no es un concepto estadístico en el sentido de que sea la simple suma total de los rasgos de carácter que se encuentran en la mayoría de los individuos de una cultura dada” (p. 71, Fromm, 1955).

Honneth (2014), por ejemplo, habla de patologías de la libertad negativa o de la libertad reflexiva: “Las patologías sociales son comprendidas como déficits en sus diferentes esferas. Más específicamente, (...) en el intento de, inversamente, evidenciar parámetros socialmente mediados de un desarrollo «sano» del sujeto” (En Giusti, 2017).

Las familias como sistema de intermediación de los mandatos de la gramática moral

Si lo social impone necesariamente una gramática moral, como hemos venido exponiendo, las familias son los mecanismos de transmisión y los sistemas de mediación que, esencialmente, hacen de tamiz para estos mandatos, para esta serie de normas y reglas, estableciendo imposiciones de hábitos y conductas derivadas del modelo social.

La familia tiene una función primordial y esencial porque actúa como un filtro, como un ariel, que puede amplificar o atenuar estas imposiciones del modelo social, en concreto de lo que hemos dado en llamar “moral con minúsculas”. Una familia determinada puede acrecentar la presión de determinados preceptos, por ejemplo, religiosos, a saber, la culpa inherente ante el incumplimiento

de determinadas normas (sobre el aborto, sobre las relaciones sexuales antes del matrimonio, sobre la abstinencia de comer carne en Cuaresma, etc.). Otra familia puede, por el contrario, atenuar estas presiones de lo social, en el caso de que estos hábitos o reglas sociales sean incorporados con flexibilidad y puedan ser cuestionados y revisados, que los hijos e hijas puedan librarse más fácilmente de las presiones y, por ende, de las culpas derivadas del incumplimiento de ese tipo de reglas.

Es decir, las familias pueden, en su deseo de que los hijos no tengan problemas y se adapten adecuadamente al medio social, esforzarse en transmitir estas reglas y hábitos de forma acrítica y rígida. Las familias pueden, así, multiplicar la presión de los modelos hegemónicos sociales, o pueden, por el contrario, atenuarlos si permiten una visión crítica y flexible.

Cuando la familia y los grupos sociales de pertenencia comulgan y aceptan las ideologías hegemónicas como “verdad”, presionan y encorsetan a los individuos forzándoles a:

- A. Potenciar determinadas características, actitudes y conductas.
- B. Ocultar otro tipo de características e invisibilizar necesidades expresivas.

En el caso de los modelos de género y la sexualidad, conocemos sobradamente las presiones hacia lo que debe considerarse correcto o adecuado para lo masculino, lo femenino, lo materno, lo paterno, lo sexualmente aceptable o reprochable.

Pero estos limitantes, que las familias y los grupos sociales de iguales hacen suyos, se presentan en todos los ámbitos de nuestra vida: en la moda, en el hiperconsumo -temas ambos recurrentes en la obra de Gilles Lipovetsky reflejados en sus libros “La era del vacío” (1983) o “El imperio de lo efímero” (1986)-; en las relaciones líquidas que designa Bauman (2003), etc.

Todos estos síntomas son productos de la normatividad impuesta por el modelo social, es decir, de la adaptación de los individuos y de las familias a las propuestas y mandatos del modelo social, lo que implica un proceso generador de lo que hemos venido en denominar patologías de la normalidad y/o patologías de lo normativo.

Vulnerabilidad, fragilidad y finitud

Una parte importante de esta presión de lo social, se conforma a través de propuestas identitarias en los individuos, construidas con el objetivo de ajustar-

se, a modo de defensa, a los criterios y cánones de la normalidad y lo normativo, es decir, generan el uso de una máscara derivada de la adaptación a los mandatos morales del modelo social.

Ahora bien, cuando todo tiembla, cuando la incertidumbre se hace presente y la angustia se dispara, buscamos siempre una mano, como cuando éramos pequeños, un asidero donde volver a sentir refugio y calma, seguridad y certeza ante nuestra vulnerabilidad y fragilidad constitutiva. Empezamos buscando la mano de mamá o de papá cuando éramos pequeños, después buscamos la mano de nuestra pareja, o de nuestros hijos, y, en otros casos, buscamos la mano del profesional, del médico, del sacerdote o de la psicoterapia. Un lugar donde aparcar, por un ratito, la angustia y la zozobra. Dice Esquirol (2015) que somos juntura precaria a la intemperie (que es nuestra situación fundamental), reflejo de nuestra vulnerabilidad y fragilidad, de nuestra herida profunda como especie. Cara y cruz de nuestra debilidad fisiológica en contraste con otras especies animales. Raciocinio versus conciencia de finitud.

En parte, por esta misma fragilidad, no queremos cuestionar lo que se nos impone, porque esa gramática moral es útero, cápsula y escudo, ante la incertidumbre. Espacio aparentemente seguro de un supuesto control y dominio sobre la vida.

En el otro extremo, y para huir de esta visión medular que nos otorga el hecho de ser humano, existe, como ya señalamos, una ficción prometeica (Flahault, 2008) en el hombre y en la mujer, una fantasía omnipotente, especialmente en este siglo XXI. La ficción prometeica, que es una posición de extremo narcisismo, nos empuja a apostar por la ciencia y la tecnología, como medio para alcanzar la inmortalidad. Las cremas antiedad, las cirugías, los tratamientos de belleza... Esta posición narcisista y egocéntrica, hace filigranas para invisibilizar nuestra condición humana, nuestra mortalidad. La omnipotencia es un delicado síntoma de la humanidad actual, por esto Mèlich (2011) dice que, para eludir la finitud, creamos artefactos signícos-simbólicos, en resumen, necesitamos de una gramática moral que actúe como cápsula de protección a la vivencia de intemperie existencial.

La psicopatología y los dramas sociales

El conflicto entre los deseos y necesidades individuales o familiares, y los requerimientos o imposiciones de los modelos sociales hegemónicos o ideológicos de funcionamiento, navegan cruzándose continuamente, entre la concordancia y la discordancia.

A veces podemos estar, como individuos, en concordancia con estas reglas y normas, vivirlas de forma consonante y sintónica, sin que aparezcan conflictos difíciles de resolver; pero, en otras situaciones, por el contrario, ante estos mismos u otros mandatos, sentirnos en completa disonancia, discordancias por el conflicto de lealtades generado entre unos y otros, conflictos de mayor o menor entidad que vivimos distónicamente, con un monto importante de sufrimiento emocional.

Las discordancias naturales, porque ajustarse al modelo normalizador siempre es a costa de nosotros mismos, podemos considerarlas a nivel conceptual como dramas sociales (Pérez Álvarez, 2019), es decir, situaciones de malestar provocados en los diferentes entramados relacionales, por las lealtades y las represiones derivadas de los esfuerzos de adaptación o ajuste a la “normatividad de lo normal” y a los hábitos considerados en determinado modelo social como “correctos”.

Estos dramas sociales se pueden manifestar a través de trastornos emocionales, definidos como “enfermedades mentales”, tal como figuran descritas en los manuales oficiales de diagnóstico psicopatológico (CIE-11 o DSM-V). Aparecen en los diferentes miembros de las familias, como forma de responder y neutralizar el conflicto generado entre lo considerado adecuado y correcto, lo socialmente aceptable; y las necesidades expresivas del crecimiento emocional y social de cada individuo. Quiero clarificar que lo que se propone en este artículo es, básicamente, que las anomalías sociales, las patologías sociales, pueden producir en los miembros de una sociedad o cultura, patologías de la normalidad o de la normatividad. Estas patologías pueden, en algunos casos, no presentar síntomas o trastornos emocionales con descripción clínica y, por tanto, no demandar atención psicoterapéutica. Pero, en otros casos, la emergencia sintomática, en forma de cuadro o síndrome psicopatológico, estará principalmente ocasionado por la presión de los modelos sociales y su patología consustancial.

La psicoterapia

La psicoterapia con enfoque sistémico y la terapia familiar en especial, nos ha enseñado, por definición, a mirar siempre más allá, a intentar ver la circularidad existente entre y en los sistemas. Lo sistémico nos empuja a desenfocar la mirada del individuo o de lo intrasubjetivo, y buscar lo relacional, lo intersubjetivo, lo social. Habitualmente dirigimos nuestra mirada a la familia nuclear y a la familia de origen, dando carta de legitimidad a las influencias que concurren en los sistemas familiares.

Pero quizás sea preciso incidir y avanzar un paso más e incorporar en esta ecuación la presencia de las imposiciones derivadas de los modelos sociales vigentes, ya sean los modelos hegemónicos históricos que son, a estas alturas, fácilmente reconocibles (machismo, heteropatriarcado, competitividad, sexismo) ya sean los modelos ideológicos adoptados en la posmodernidad (posverdad, cancelación, identitarismos radicales).

En la psicoterapia hemos de vernos con las heridas y con las renunciaciones (De Pablo, 2023a). Con las heridas que nos recuerdan que somos seres vulnerables, heridas que han de ser transitadas y asimiladas como constitutivas de quienes somos. Heridas que marcan el espacio liminal para alcanzar, a través del ritual terapéutico, la madurez, y, de esta forma, abandonar las pretensiones adolescentes como hombres y como mujeres. Dejar empeñarnos en ser Aquiles o Barbie, inmortales, invulnerables, etéreos y bellos.

Con las renunciaciones, el otro eje natural del proceso terapéutico, se nos recuerda el paso del tiempo, nuestra constitución contingente y finita. Aceptar las renunciaciones como elementos insustituibles del ejercicio de una parentalidad saludable.

Recordemos que los mandatos de los modelos sociales actuales facilitan y promueven la negación de las heridas y de las renunciaciones en los individuos. Esto así porque, la función protectora de la gramática moral, incluye potenciar la invisibilización de nuestra fragilidad constitutiva y alimentar la creencia de control sobre la vida.

Llegados a este punto, quiero recordar que las personas que acuden a psicoterapia, suelen traer una lucha constante entre la lealtad a esas normas de lo social (aquí incluimos evidentemente las lealtades a los deseos explícitos, o tácitos, de nuestros padres sobre lo que debemos ser, hacer o dejar de hacer), y la lealtad a nosotros mismos, a nuestros deseos de responder a las necesidades individuales de crecimiento emocional y social.

La psicoterapia se convierte, así, en el espacio ritual para la transición y el cambio, para ampliar las posibilidades de los individuos al objeto de poder realizar determinados movimientos que les permita liberarse de las presiones inadecuadas, a menudo perversas, de los sistemas que los envuelven. Por esto, la psicoterapia debe incluir, como fórmula para equilibrar la presión de la gramática moral generadora de patologías de la normalidad, una posición ética que pueda permitir la visibilización de dónde nos encontramos y la reflexión de cómo todo esto nos afecta. Entiendo, por tanto, que la psicoterapia debe contener y hacer patente en sus profesionales, una exigencia ética, por usar el título de uno de los libros del afamado filósofo danés Løgstrup (1997), heredero de uno

de los conceptos centrales en la filosofía de Søren Kierkegaard.

¿En qué consiste esta exigencia ética?

Quisiera reseñar primero el porqué de una exigencia ética. En los párrafos anteriores hemos hablado de gramática moral, de “moral con mayúsculas” o de “moral con minúsculas”, y es preciso situar al lector en esa zona, indefinida conceptualmente, entre lo que se entiende como moral y lo que se entiende como ética. La propuesta que desarrollo entronca con los planteamientos originales de Michel Foucault -podemos verlo de forma diferente si leemos a Bauman (Bravo Álvarez, 2019)-, y que se encuentra además refrendada por otros muchos autores. Esta diferencia entre lo moral y lo ético consiste en:

“Siguiendo a Michel Foucault, entendemos por “moral” un conjunto de valores, de normas, de principios, de hábitos, propios de una cultura concreta en un momento determinado de su historia. Hay una serie de instituciones prescriptivas encargadas de transmitir los contenidos morales: la familia, la escuela, las congregaciones religiosas, los medios de comunicación, etcétera. Ningún ser humano, debido a su finitud estructural, puede vivir totalmente al margen de la gramática que ha heredado al nacer, y en esta gramática habita un mundo moral adquirido, de manera consciente o no, a través de estas instituciones. (...) (La ética) es radicalmente distinta de la moral. La moral se hereda, y es verdad que también puede haber moral en las historias que nos han contado, por ejemplo, en los cuentos populares, porque eso es inevitable para la vida humana, para la existencia de un ser finito” (p. 368-369, Mèlich, 2019).

Por el contrario, la ética es una posición personal ante lo moral, es una mirada reflexiva y crítica sobre lo moral, sobre la utilidad o perversión presente en determinadas imposiciones de lo que hemos denominado “moral con minúsculas”, en determinados hábitos de comportamiento, en determinadas reglas de lo social. Dice Mèlich (2010) al respecto:

“La ética no es la moral, sino su punto ciego porque emerge en un escenario en el que el marco normativo heredado es puesto en cuestión. La ética surge en una situación límite, en una situación de radical excepcionalidad. Por eso no es una excepción que confirma la regla sino la que la rompe, la que la quiebra, la que la suspende. En otras palabras, podríamos decir, que la ética aparece en una situación en la que uno se da cuenta de que la gramática propia de la cultura en la que había sido educado, el universo normativo-simbólico que le habían transmitido, no encaja” (p. 90, Mèlich, 2010).

Esto nos empuja a considerar en qué forma la ética ha de estar presente, en los procesos psicoterapéuticos, ya que partimos del hecho de que una importante parte de los conflictos y trastornos emocionales que manifiestan muchos individuos, muchas familias, y que demandan ser atendidos en psicoterapia, parten de los conflictos de lealtad que surgen entre las prescripciones de los modelos sociales, y por ende de las propias familias; y las necesidades individuales de desarrollo emocional y social de sus miembros.

Esto nos lleva a plantear la necesidad de que se incorporen, en la conceptualización de lo que llamamos psicoterapia, así como en el proceso de intervención, aquellos aspectos que hacen referencia a la presencia de una labor dignificadora y emancipatoria en la psicoterapia respecto a la presencia, más o menos acusada, de las patologías de la normalidad derivadas de las imposiciones ideológicas del modelo social. Podemos destacar los siguientes elementos:

a. La psicoterapia debe constituirse como un espacio reflexivo y crítico ante las imposiciones de los modelos familiares y sociales de comportamiento, que permita a pacientes y terapeutas, contemplar y analizar las lealtades que mantenemos ante las pretensiones de los sistemas en los que estamos insertos.

Evidentemente hemos de poder crear una distancia que nos permita ejercer la función reflexiva (ampliando el concepto original de Peter Fonagy porque soy consciente de las diferencias existentes en la formulación de este concepto). Lo que propongo es la necesidad de alcanzar también esta reflexividad en lo que supone estar dentro de un determinado sistema social y en referencia a los efectos que estos modelos sociales e ideológicos ejercen (en el género y en otros muchos aspectos) en la construcción identitaria de los individuos.

Al respecto de los procesos de mentalización y utilizando las descripciones de Lanza Castelli (2011) podemos recordar que, conceptualmente, el proceso de mentalización se refiere a una:

“Actividad mental, predominantemente preconsciente, muchas veces intuitiva y emocional, que permite la comprensión del comportamiento propio y ajeno en términos de estados y procesos mentales. En un sentido más amplio, alude a una capacidad esencial para la regulación emocional y el establecimiento de relaciones interpersonales satisfactorias.” (Lanza, 2011).

Esta comprensión del comportamiento debe hacerse extensiva a las respuestas que cada individuo desarrolla ante la presión social de una determinada cultura y en qué medida este ajuste a lo social implica un desajuste en lo personal. Por otra parte, en relación con el sí mismo, añade:

“Incluye las actividades reflexivas que toman como objeto a los propios procesos y contenidos mentales, permitiendo con ello una distancia psicológica respecto de los mismos y propiciando el discernimiento de la diferencia entre el pensamiento y la realidad efectiva (discernimiento que implica la posibilidad de relativizar el propio punto de vista y considerar puntos de vista alternativos)” (Lanza, 2011).

Con lo que se nos recuerda la necesidad de establecer una distancia psicológica para propiciar el juicio crítico y la elección libre de alternativas. Además, ya sabemos que para que esto ocurra, se requiere de un espacio seguro (en relación con el apego seguro) para permitir su realización, como sostén que permitirá una más adecuada autorregulación emocional.

La propuesta que defiende, incluye considerar que esta reflexión sobre la posición del sujeto en el mundo de las relaciones, incorpore también una reflexión sobre su posición en el medio social, así como un análisis de los efectos y las consecuencias de las imposiciones de los modelos sociales en cada individuo en particular.

Esta posición requiere que el espacio terapéutico se convierta en un espacio liminal, en un espacio fronterizo, libre de presiones; diría más, en un espacio disponible para la visión crítica y la toma de distancias necesaria.

b. Facilitar y alentar la rebelión y la desobediencia ante estas imposiciones (Fromm, 1981). Coadyuvando al ejercicio y expresión de la agresividad natural, de la asertividad, con la que expresar nuestros desacuerdos y disidencias, al objeto de confrontar estas obligaciones e imposiciones. También ayudar a los/las pacientes a soportar la exclusión que esta actitud va a generar en la familia y el sistema social, a soportar el exilio y la soledad que este movimiento comporta. Esta rebelión incluye la necesidad de poder expresar los propios deseos, ejercer la agresividad instrumental (Fromm, 1973) necesaria para tomar el propio camino y defenderlo. Recordemos que, como dice Framo (1992), la psicoterapia consiste en “la legitimación de la deslealtad” (p. 132). Es decir, que lleva implícito, decir “no”, estar dispuesto a decepcionar o desilusionar a los otros, estar dispuesto al exilio que esta posición suele comportar.

Incluye, además, alimentar la resistencia íntima -como diría Josep María Esquirol (2015)-, a las presiones sociales y familiares sobre cómo es y debe ser el mundo y cómo debe ser nuestra estancia en él. Comprende una posición ética en la toma de decisiones.

c. Apoyar la transgresión necesaria que subvierta la situación. Las acciones que cada individuo precisa implementar para romper con la inercia y la enajenación que la presión del modelo social impone. Estar dispuesto a la transgresión de algunas de las normas derivadas de la “moral con minúsculas”. Aquí se precisa que cada sujeto tenga la libertad para, por ejemplo, negarse a asistir a la paella familiar del domingo, a las pretensiones de nuestros padres sobre cómo es el mundo y cómo debemos vivirlo. También negarse a aceptar acríticamente lo que se nos sugiere desde las modas sociales o desde las disciplinas profesionales, es decir, a ser activamente disconformes.

La ética del reconocimiento emocional del profesional de la psicoterapia

Como hemos venido señalando, la norma moral que nos conforma y nos deforma, requiere de un análisis serio. Para este análisis se precisa no estar demasiado casado con nuestro modelo social y cultural, es decir, que requiere un cierto nivel de infidelidad al propio marco social de interpretación; si sólo conocemos una cultura y una lengua, nuestro mundo está restringido y limitado a esa cultura y a esa lengua. En necesario poder transitar entre diferentes modelos sociales, diferentes miradas, diferentes lenguas.

Por todo esto es tan importante vivir en las fronteras, denominación que aparece en el título de mi último libro (De Pablo, 2023 a y b), donde lo explico de la siguiente forma:

“porque habitar estos espacios (fronterizos) facilita el surgimiento y mantenimiento de posiciones críticas, antitéticas y desprejuiciadas. Son esas zonas de incertidumbre natural, las que en algunos momentos me inquietaron o angustiaron, las que a la postre fueron el más fértil terreno donde cuestionar y romper concepciones y «verdades» establecidas. La ventaja de lo fronterizo consiste en hacernos vivir obligados a conciliar, confluir e integrar distintos criterios, distintas lenguas, diferentes concepciones del mundo. Lo fértil está inscrito en la obligada interconexión, en la inevitable integración de las diferencias” (p. 12, De Pablo, 2023 a y b).

La propuesta tiene que contar con la necesidad de que los profesionales de la psicoterapia mantengamos una posición ética, una exigencia ética, que no se deje arrastrar por las imposiciones de los diferentes modelos sociales, tanto hegemónicos como contrahegemónicos, y que permita el cuestionamiento de la gramática moral que está presente en los sistemas que atendemos, en especial, en aquellos aspectos en los que colisionan con las necesidades de crecimiento

emocional y social de los individuos y de las familias.

Esta exigencia ética se puede definir y caracterizar como una ética del reconocimiento emocional. En el ámbito de la ética como disciplina, estaría en consonancia con propuestas o planteamientos cercanos a lo que se ha venido a denominar, en la literatura especializada: la ética del Otro de Emmanuel Lévinas (1967), la ética del cuidado de Carol Gilligan (1982), la ética de la autenticidad de Charles Taylor (1991), la ética del reconocimiento social de Axel Honneth (1992), la ética del respeto de Esquirol (2006) así como las propuestas de los protagonistas del giro humanista en psicoanálisis relacional como Storolow o Mitchell, la ética de la proximidad de Humberto Giannini, la ética de la razón cordial de Adela Cortina (2007), la ética de la compasión de Joan Carles Mèlich (2010), la ética radical de Donna Orange (2020), o, cómo no, el sentido de lo justo de Marcelo Pakman (2018).

En primer lugar, quiero destacar la importancia de la propuesta original sobre la ética del reconocimiento en filosofía social, porque, aunque iniciada conceptualmente por Junger Habermas, ha sido desarrollada más extensamente y en detalle por Axel Honneth, que se centró especialmente en el reconocimiento moral intersubjetivo y en los aspectos emocionales, así como en la importancia de la justicia, del derecho y de la solidaridad. De hecho, Honneth cuestionó a Habermas por su evitación de la crítica social y por ser esencialmente cognitivista e intelectualista: *“Mi suposición es que la teoría social de Habermas (...) está constituida de tal forma, que debe ignorar sistemáticamente todas las formas de crítica social existentes no reconocidas por la esfera pública políticamente hegemónica”* (p. 80 de Fascioli, 2013).

Por otra parte, Honneth se concentra particularmente en aquellos aspectos que me interesa subrayar dentro del concepto de reconocimiento emocional en psicoterapia. Podemos intentar acercarnos a esta perspectiva a través del siguiente texto:

“El conflicto surge porque ha tenido lugar una lesión moral (una humillación) sobre la persona y esto, de alguna forma, menoscaba su dignidad, el respeto a sí mismo y su propia identidad. En este sentido, el conflicto es una falta de reconocimiento en dos niveles: a) como reconocimiento social y b) como negación de la identidad personal. De ahí que el reconocimiento sea necesario para la vida personal y en comunidad; además, las personas que interactúan en una comunidad política tienen «expectativas mutuas» que solo pueden satisfacerse intersubjetivamente” (p. 65, Carrasquilla, 2017) (En Giusti, 2017).

La idea de lesión moral me parece importante, la lesión moral está implícita en un trato no digno, en un trato que no respeta las necesidades de desarrollo emocional y social de los individuos y, evidentemente, afectan a la construcción de su identidad. Podemos añadir algunas consideraciones más, reflejadas a través de los textos de otros autores. Por ejemplo, Taylor (1991) nos recuerda que:

“Mi propia identidad depende de modo crucial de mi relación dialógica con otros” (p. 81, Taylor 1991). (...) “En el plano de la intimidad, podemos ver en qué medida una identidad necesita y es vulnerable al reconocimiento otorgado o negado por los otros significativos. No resulta sorprendente que, en la cultura de la autenticidad, las relaciones se consideren puntos clave del autodescubrimiento y la autoconfirmación” (p. 83, Taylor, 1991).

Si a la idea de lesión moral, añadimos la importancia de la intersubjetividad en los procesos de construcción identitaria, se conforma la base sobre la cual toda intervención psicoterapéutica debiera pivotar, centrándonos en la importancia de la alteridad en todos estos procesos de constitución identitaria. Paul Ricoeur (2004), cuando se centra en el concepto de reconocimiento, parte de la idea de que cada ser es un ser necesitado de los otros en una relación de gratitud:

“La ética de Ricoeur se construye fundamentalmente en función del reconocimiento del otro, en que el otro es un ser con capacidad para actuar, para estimarse, etc., de un modo similar al sí mismo. Pero a su vez el sí mismo sabe que es un ser necesitado de otros, es un otro entre otros. Como la identidad del sí mismo se funda en relación con la alteridad, se hace indispensable un reconocimiento mutuo como seres únicos e insustituibles. Por ese motivo, el reconocimiento mutuo no se reduce al intercambio comercial, se funda más bien en la gratitud” (p. 46, Obregón Cabrera, 2016).

La ética del reconocimiento emocional que se propone, además de estar anclada en los referentes éticos de la filosofía social, podemos sustentarla también a través de las propuestas de algunos representantes de la psicoterapia y del psicoanálisis. Por ejemplo, Jessica Benjamin (1988), representante del psicoanálisis relacional, en Los Lazos del Amor, manifiesta:

“El reconocimiento es la respuesta del otro que hace significativos los sentimientos, las intenciones y las acciones del sí-mismo. Permite que el sí-mismo realice su agencia y autoría de un modo tangible. Pero este reconocimiento solo puede provenir de un otro al que nosotros, a la vez, reconocemos como persona por derecho propio” (p. 24, Benjamin, 1988). (...) “El sujeto declara “Yo soy, yo hago”, y aguarda, como respuesta, “Tú eres, tú has hecho”. De modo que el reconocimiento es reflejo; no solo incluye la respuesta confirmatoria del otro, sino

también el modo como nos encontramos en esa respuesta. Nos reconocemos a nosotros mismos en el otro” (p. 35, Benjamin, 1988).

Emilce Dio Bleichmar (2018) añade, sobre el concepto de reconocimiento en Jessica Benjamin, lo siguiente:

“El reconocimiento del daño sufrido y causado permite establecer la posición de testigo que puede soportar el conocimiento de lo que es el dolor, y Jessica Benjamin sostiene que este reconocimiento es el que entraña una idea moral; o sea sabemos algunas cosas que no están bien, si bien ocurren” (p. 2, Dio Bleichmar, 2018).

Buscando sintetizar esta posición ética, me remito a los estudios sobre el apego y a las conclusiones sobre qué elementos sustentan un apego seguro. La respuesta sensible a la demanda del otro, aquí el paciente, debe incluir la mirada atenta (Esquirol, 2006) y la escucha emocional. Ya Mary Ainsworth insistió en que “durante la infancia, la respuesta sensible de los padres incluye notar las señales del bebé, interpretarlas adecuadamente y responder apropiada y rápidamente” (p. 43, Ortiz y Marrone, 2001). El/la terapeuta debe poder realizar esta misma labor, es decir, identificar las señales emocionales del sistema paciente, cribarlas y reflejarlas de forma adecuada en el momento de dar respuesta a su demanda. Este reflejo de las emociones presentes en el proceso psicoterapéutico, este reconocimiento de las emociones que vienen desvelándose a lo largo de las sesiones, son el medio para crear un espacio de confianza, un espacio seguro, que, a su vez, remitirá a un incremento de la autorregulación y a una mejora de la capacidad reflexiva. Esta es la base, además, de una adecuada alianza terapéutica y del establecimiento de vínculos saludables.

Este proceso donde se destaca la respuesta sensible en psicoterapia, corresponde a lo que he podido denominar, en otros escritos anteriores, función madre del terapeuta (De Pablo, 2018), que unida a la función padre, se conforman como coordenadas básicas en toda intervención psicoterapéutica que se precie. El reconocimiento emocional, implica, además, el acceso y utilización de las propias emociones del profesional, de las resonancias que aparecen en el proceso terapéutico (Elkaïm, 1989), elemento de singular importancia en la labor de todo profesional en psicoterapia (De Pablo, 2017 y 2019)

Quiero finalizar, insistiendo en que estamos hablando de una ética del reconocimiento como ética heterónoma (Ortiz Millán, 2016), basada en el mantenimiento de una posición reflexiva y crítica donde adquiere especial relevancia lo intersubjetivo y lo relacional.

Como colofón quiero recoger un párrafo de Méndez (2021) que señala:

“La psicoterapia se caracteriza por ser una práctica que se funda en lo ético, pues es a partir de lo ético que su existencia cobra sentido (...). Para plantearlo claramente, nuestra labor como clínicos consiste siempre ya en una tarea esencial y originariamente ética: atender y responder oportunamente a la situación de desamparo, dolor y sufrimiento de otro ser humano que busca nuestra ayuda (Orange, 2013)” (p. 81, Méndez, 2021).

Conclusiones en torno al título: Tiempo de reinicio

Lo que nos suscita todo este recorrido es, de una parte, la certeza de no poder confiar en un reinicio social espontáneo y natural, en tanto que, las propias características de nuestra especie, parecen imponer condiciones y plantear dificultades para el surgimiento y mantenimiento de un proceso de reflexión crítica que nos lleve a cuestionar los mandatos de los modelos sociales imperantes y atrevernos a transgredirlos activamente, menos aún que esto pueda suceder de forma colectiva.

Podemos, por otra parte, insistir en la importancia de entender la psicoterapia, el espacio terapéutico, como un medio para, al menos, coadyuvar a que los individuos y las familias, que se encuentren más afectados por las patologías sociales, puedan escapar de la enajenación natural producto de la presión de estos modelos y, así, emprender una tarea de emancipación saludable para una “buena vida, digna de ser vivida”.

Para que este cambio se produzca, se va a requerir, como señalamos en este artículo, de los tres pasos descritos como constitutivos del proceso psicoterapéutico, a saber: la observación y reflexión crítica sobre nuestra situación y posición en el sistema familiar y social; en segundo lugar, la necesidad de la desobediencia y la rebelión contra las imposiciones y reglas patógenas de los modelos sociales y familiares; y, finalmente, la transgresión de los mandatos derivados de estos modelos como clave para favorecer, en la medida de lo posible, un reinicio individual como medio para un deseable reinicio social.

Bibliografía

- Althusser, L.** (1970). Ideología y aparatos ideológicos del Estado. Ed Nueva Visión (1974).
- Bauman, Z.** (2003). Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos. FCE.
- Bauman, Z.** (2005). Ética posmoderna. Siglo XXI.
- Bautista, R.** (2019). El tablero del Siglo XXI. Geopolítica des-colonial de un nuevo orden post-occidental. Yo soy si Tú eres ediciones.
- Benjamin, J** (1988). Los lazos del amor. Psicoanálisis, feminismo y el problema de la dominación. Paidós (1996).
- Bollas, C.** (1981)
- Bravo Álvarez, L.M.** (2019). Contraposición entre ética y moral en Bauman. SCIO. Revista de Filosofía, n.º 17, noviembre de 2019: 107-127.
- Cortina, A. (2007).** Ética de la razón cordial. Educar en la ciudadanía en el siglo XXI. Nobel.
- De Pablo Urban, J.M.** (2017). De la Contratransferencia a las Resonancias: Las emociones del profesional en psicoterapia. Revista de Psicoterapia, n.º 108. (nov. 2017), Vol. 28, págs. 229–247.
- De Pablo Urban, J.M.** (2018). Psicoterapia individual desde una perspectiva sistémica integradora. Letrame.
- De Pablo Urban, J.M.** (2019). Las emociones del psicoterapeuta: Su uso en psicoterapia y en la formación de profesionales. Revista Mosaico, 73, sept. 2019, pp. 12-35.
- De Pablo Urban, J.M.** (2021). El ciclo de Andros: masculinidad, paternidad y psicoterapia. Letrame.
- De Pablo Urban, J.M.** (2022). Dilemas de la masculinidad y la paternidad. Mosaico, n.º 80, pp. 119-141.
- De Pablo Urban, J.M.** (2023a). Rastros y huellas en las fronteras de la psicoterapia sistémica. Vol. I. Rastros. Letrame.
- De Pablo Urban, J.M.** (2023b). Rastros y huellas en las fronteras de la psicoterapia sistémica. Vol. II. Huellas. Letrame.
- Dio Bleichmar, E.** (2018). ¿Es posible un principio moral como base una buena acción terapéutica? El tercero moral de Jessica Benjamin. Aperturas Psicoanalíticas, 58 (2018), ei5, 1-23.
- Elkaïm, M.** (1989). Si me amas, no me ames. Gedisa (1995).
- Esquirol, J.M.** (2006). El respeto o la mirada atenta. Una ética para la era de la ciencia y la tecnología. Gedisa.
- Esquirol, J.M.** (2015). La resistencia íntima. Ensayo de una filosofía de la proximidad. Acantilado.
- Fascioli, A.** (2013). Honneth frente a Habermas: confrontaciones sobre la renovación de la Teoría Crítica. Alcance y aporte del concepto de reconocimiento en la teoría de Axel Honneth. Universidad de Valencia.
- Flahault, F.** (2008). El crepúsculo de Prometeo. Contribución a una historia de la desmesura humana. Galaxia Gutenberg, S.L. (2013).
- Framo, J.** (1992). Familia de origen y psicoterapia: un enfoque intergeneracional. Paidós.
- Fromm, E.** (1947). Ética y psicoanálisis. FCE (2003).
- Fromm, E.** (1955). Psicoanálisis de la sociedad contemporánea. Hacia una sociedad sana. FCE (1964).
- Fromm, E.** (1973). Anatomía de la destructividad humana. Siglo XXI.
- Fromm, E.** (1981). Sobre la desobediencia y otros ensayos. Paidós (1984).
- Fromm, E.** (1991). Patología de la normalidad. (Obra póstuma) Paidós (1995).
- Gilligan, C.** (1982). La moral y la teoría. Psicología del desarrollo femenino. FCE (1985).
- Giusti, M.** (Ed.) (2017). El paradigma del reconocimiento en la ética contemporánea. Un debate en curso. Fondo Editorial.

- Honneth, A.** (1992). La lucha por el reconocimiento. Por una gramática moral de los conflictos sociales. Crítica.
- Honneth, A.** (2014). El derecho de la libertad. Katz Editores.
- Lanza Castelli, G.** (2011). La mentalización, su arquitectura, funciones y aplicaciones prácticas. Aperturas Psicoanalíticas, nº 39. 2011. (Digital s/p).
- Levinas, E.** (1967). La huella del otro. Taurus (2001).
- Lipovetsky, G.** (1983). La era de vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Anagrama (1993).
- Lipovetsky, G.** (1987). El imperio de lo efímero. La moda y su destino en las sociedades modernas. Anagrama (1996).
- Løgstrup, K.E.** (1997). La exigencia ética. Thémata (2020).
- Marcuse, H.** (1954). El hombre unidimensional. Planet (1993).
- McDougall, J.** (1978). Alegato por una cierta normalidad. Paidós.
- Mèlich, J.C.** (2010). Ética de la compasión. Herder.
- Mèlich, J.C.** (2011). Filosofía de la finitud. Herder.
- Mèlich, J.C.** (2014). Lógica de la crueldad. Herder.
- Mèlich, J.C.** (2019). La sabiduría de lo incierto. Lectura y condición humana. Tusquets.
- Méndez, M.** (2021). Hacia una ética del respeto en psicoterapia: segunda parte. Rev. GPU 2021; 17; 1: 80-106.
- Obregón Cabrera, J.L.** (2016). Reconocimiento y justicia en la ética de Paul Ricoeur. Vox Juris, 32 (2): 35-47.
- Olano Azpiroz, J.A.** (2015). "El concepto de patología social en El derecho de la libertad de Axel Honneth". Tesina de Grado. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de la República de Uruguay.
- Orange, D.** (2022). Ética radical para el psicoanalista de hoy. Clínica e Investigación Relacional, 16 (2): 331-345. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2022.160201.
- Ortiz, E y Marrone, M.** (2001). La Teoría del Apego. Un enfoque actual. Psimática.
- Ortiz Millán, G.** (2016). Sobre la distinción entre ética y moral. Isonomía, nº45: 113-139.
- Pakman, M.** (2018). El sentido de lo justo. Para una ética del cambio, el cuerpo y la presencia. Gedisa.
- Pérez Álvarez, M.** (2019). La psicoterapia como ciencia humana, más que tecnológica. Papeles del Psicólogo, vol. 40- nº 1.
- Ricoeur, P.** (2004). Caminos del reconocimiento. Tres estudios. FCE (2006).
- Roudinesco, E.** (2021). El yo soberano. Ensayo sobre las derivas identitarias. Debate (2023).
- Taylor, C.** (1991). La ética de la autenticidad. Paidós (1994).
- Zukerfeld, R. y Zonis Zukerfeld, R.** (2005). Procesos terciarios. De la vulnerabilidad a la resiliencia. Lugar.